



Директор МБОУ ООШ № 38

/ И. А. Сумина

МЕНЮ" 4 " марта 2024 г.**12-18 лет****1 день**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 21,56 | 3,90 | 6,20 | 8,90 | 107,00 |
| 2011 | 174 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ | 235 | 27,31 | 7,70 | 12,30 | 37,30 | 291,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 8,86 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 125,00 |
| 2021 | 8/1 | ЧАЙ | 200 | 0,99 | 0,40 | 0,00 | 0,80 | 5,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,30 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 102,00 |
| Итого | | | | 62,02 | 17,60 | 21,80 | 90,50 | 630,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100 | 25,25 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 13,43 | 2,20 | 5,80 | 10,70 | 106,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 81,74 | 14,80 | 17,10 | 2,30 | 223,00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 22,82 | 3,80 | 6,20 | 25,70 | 174,00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 2,55 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 120 | 7,26 | 7,90 | 1,10 | 50,90 | 245,00 |
| Итого | | | | 153,05 | 29,80 | 30,40 | 93,40 | 772,00 |
| Всего | | | | 215,07 | 47,40 | 52,20 | 183,90 | 1 402,00 |

Повар

Н.В. Акопян